

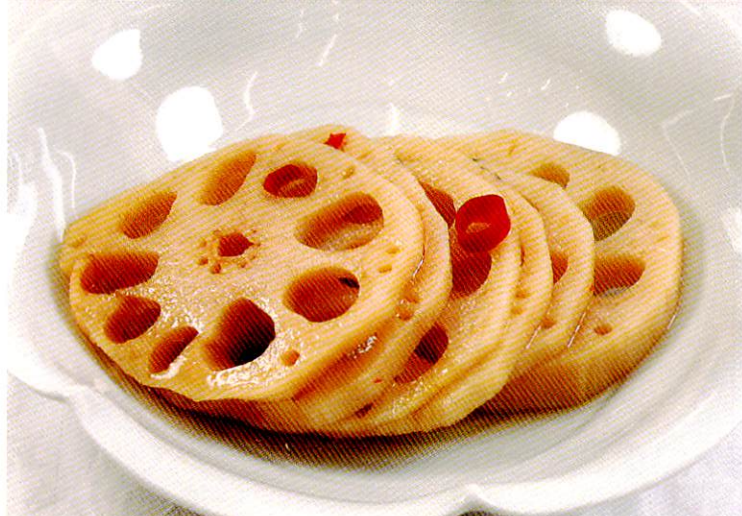
サーモンカルパッチョ



材 料	刺身用 鮭……………10切れ分	[A]
	玉ねぎ……………1/4個	黒酒……………小さじ2
		オリーブオイル…大さじ1弱
		レモン汁…………大さじ1弱
	塩……………小さじ1/2	
	胡椒……………少々	

- 作
り
方
- ① 鮭は薄塩をし、10枚ほどにそぎ切りする。
 - ② 玉ねぎは薄く切って水にさらし、水気を切る。
 - ③ Aの調味料を全てまぜ合わせる。
 - ④ 器に②の玉ねぎを敷いて①の鮭を並べ、③をかける。

甘酢レンコン



材 料	レンコン……………100g	[A]
	鷹の爪……………1/2本	黒酒……………大さじ2・1/2
		米酢……………大さじ3弱
		砂糖……………大さじ2強
	薄口醤油…………大さじ1/4	

- 作
り
方
- ① レンコンは皮をむいて3mm程度の輪切りにし、酢水にさらす。鷹の爪は種を除いて小口切りにする。
 - ② 鍋にAを入れて煮立て、砂糖が溶けたら火からおろし、粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やす。
 - ③ ①のレンコンをさっとゆで、水気を切って鷹の爪を加えた②の調味液に入れ、1時間程度漬ける。